

内家拳的瑰宝：懂劲



[内家拳的瑰宝：懂劲 下载链接1](#)

著者:黄逸武 著

[内家拳的瑰宝：懂劲 下载链接1](#)

标签

评论

内家拳的瑰宝-懂劲是一本专门研究内家拳内劲养成之书，分为懂根、懂用与懂练三个方面，值得修习者参考学习。

物流很快，内容没看

京东的宝贝特别好，快递也给力。质量也有保证，大爱呀 永远支持京东

纸质还可以 印刷字迹清晰

书虽然小，内容不多。但胜在都是干货。没练过的人可能不懂，但入门的人都知道这是好书

很好的一本书，特别是修炼到一定层次，需要更大提高的习内家功者，值得认真研读！

没有价值的书！真传一句话，假传万卷书。一灯能灭千年暗，一念能解万年愚。人生无处不在修行。学习可以学会一切，包括愚蠢。

是正品，送货速度快，很满意。

很完美，京东的服务一直都是杠杠的。包装良好，书本没有破损，快递小哥也很幽默。

东西很好，快递员送货很快。

书是正品，包装很好，送货速度很快，尤其是京东的快递员王先生，服务态度等各方面都非常好，有绅士风度。还会再来买的。

正版，质量没话说，速度可以说是全网购最快的

挺实惠的，信赖京东自营商品。

中国武术博大精深，中华文化源远流长！

不可多得的好书！直白明了，收藏吧！将大进！

不错的书啊，可以跟着业余联系，强身健体还是不错的，要是在优惠些就更好了，京东的配送很是给力！

听说还行，慢慢看

老年健身装帧优秀超值特惠印刷精美读者推荐热卖畅销

书很给力，最喜欢京东的物流了。关键是书买得真划算，至爱618

还好。主要还是谈感受的。欲言又止。

很好内容还可以对人有启迪

这个内容好的很，值得参考，自学健身用，期望练出劲来。

速度很快，书包装完好，内容以后慢慢品味！

好好好好好好好好好好好好好好好

活动力度没以前大了 搞活动前都把价格调高了 希望力度能大点

物流很快，服务也很好。书是朋友介绍的，还没有看。

好好好好好好好好好好好好好，真的不同凡响！！！

看了之后对懂劲才有全面的了解，对练功有实质性的帮助。

希望多看到这类的书籍，让更多学习太极的人早出功夫。

劲力修练是拳中之宝内容丰富易于自学成才

哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈还好吧

好好看了一遍，讲的真好，准备再看第二遍

不得不说，台湾省保留了不少的国粹，没有受到历史的破坏。

书很好看，买本珍藏，很满意

打折时候买的，实在太划算了……

是一本现在解释劲力源泉和发力的书。

听说没有老师教，自己无法自学练成！

很快，物流给力！

好好看书。好好学习。一直在京东购书，质量不错。

正版书，送货也快

京东的速度一直都是很快，服务也一直很好，书的质量也不错！

想学习就卖这个书

不错！不错！

赞，感觉挺不错的

买来几天看完了，前半部分是作者感谢老师沈于顺老师的话，感觉吹捧的成分多，后半部分是作者简化的二十二式太极，不过科学的讲解了劲的产生与传播，还是值得一看的。最近陈晓东挑战太极不知到那么厉害的作者去不去啊？

开卷有益 学习

有么有豆豆呢？

还可以，速度快

很好 我很喜欢

看的云里雾里

没有多运动转接画线处理

看看还可以，有点道理

赶脚很牛的样子，物流过年期间比平时慢了点

不错。。。。

书很好，而且活动打折后非常便宜！

内容不错，有些东西很有启发性！

还可以，印刷不太好

相比大多数讲套路，演绎拳理的书不同，现代社会，本该用现代科学来讲。

正版，这本书很好，对中医爱好者有很好的指导作用。

还没看，书质量不错，字迹清晰

还不错，就是不教怎么练

有一点坏，中间有洞

内家拳的瑰宝：懂劲马马虎虎

书是盗版的，看一下22页一个错字“认直”应为“认真”

内容空洞无物，实质性东西太少，对于练拳没啥参考价值

还不错 希望还是这么快

尚可，尚可，尚可，尚可，尚可

不错

好！

很好

整个一忽悠人的破书，扯了半天，有用的没有。

把骨骼图放书里面，这算懂劲吗？

看图感觉不太行，

内家拳的瑰宝：懂劲物流垃圾垃圾垃圾

感觉内容跟标题差太多

好

还可以

不想多说…

还行

我不懂武术，看了这本书觉得参考下还可以，作者本身不太专精太极，很多地方感觉是没说不明白，比如作者练的熊劲入的门，那么熊劲是怎么回事作者只字不提，作者在演练时多次强调根劲，感觉作者的架子意思是给入门后的人练的。

印刷质量不错，讲解详细，初级入门知识了解一下

好高好高好高好高好高好高

好好学习天天向上了

挺好

书到的很快！书本应多增加点图文解说会理想些

贵族维生素及微量元素干活了吗湖南茶叶市场份额和一次

非常好的书，原版正版，装帧精美，印刷质量很好，包装严实，速度快

印刷质量不错，发货速度快，很不错。

凑单买的，还不错。

建议还是找个师傅为好，有根劲挺难的，我打搂膝拗步三十来下就浑身冒汗了

挺好的，支持京东，还买这个

一般说的不透但也够进阶用了！了！了！4

冲讲的内容，值了。

买来看看，试一下看会不会有新的感悟。

产品质量还不错，送货员也很好！

很好的一本太极拳练习参考

作者十八年的研究结晶，值得看

好东西，到手就开看了，有收获，值得推荐。

还行。

快递给力

很好很好很好很好哈哈哈哈很好很好

得慢慢研究。

东西很好，给力！！！

对研习太极拳很有帮助很实用的一本书。

很好，幸亏看了这本书，明白了一些道理。

书名起得太好！让人忍不住就想买来收藏！希望对我习武有所帮助！

正版好书，闲来看看不错！

书写的很好，服务也非常好

好好的，谢谢！有视频就更好了

好书，要反复研读。

好书，适合有一定基础者阅读

老爸很喜欢，价格优惠

物有所值，快递很棒。值得收藏。

很实用，大爱，继承发扬

是一本启蒙性质的好书

看完了，还行吧，从功夫来讲作者似乎还没完全领会内劲

书收到，辛苦了，谢谢

京东买书很方便，支持，快

非常好的一本修炼太极功夫的书，书中尽是真实体悟，对练太极功夫的人有莫大的帮助！
! 回复

包装不错.刚收到还没有看.

写的很详实，写出了真是感受！

写的不错，很有学习价值。

好得很好得很好得很好得很好得很好得很好得很好得很好得很好得很好得

正品

不错，图书馆看到了，买来参考参考

好评!

讲解劲道，值得一读

货收到，先给个好评，有问题再追加！！！

送货速度快，双十一买的。很好的一本书。

纸质稍粗糙了一些。内容倒是实打实的。。。入门必备

挺好的，会推荐朋友买

物流快，服务好。

家人要的书，我不懂

深入浅出，值得一看

书很不错，郑子太极拳本身就好，心得值得一看

好好好好好好好好好好

很好的一本关于太极拳的书籍

速度很快的

主要在京东买东西方便快捷，全品类券现在限制太多，不大好用！

让我懂了武术中何谓劲？怎么练劲！

觉得很有参考价值，不过前面几十页论述稍显啰嗦。

很好的一十本书，讲的很科学、实在。

不错，正在研读中！！！

看不太懂，不知真假如何？

中国文化的精华，值得一看。

好书，值得收藏！

真传一句话，假传万卷书。

文字上可以看看，部分能琢磨

有兴趣的朋友可以看看

老婆买的，不太明白

还可以，服务也不错。

正版书，不错

感谢作者的努力，他山之石

给同事采购的，内容很多！

好用！！！手机下单优惠

很不错的一本书，值得收藏

不错很好可以值得一看

服务很烂，服务烂，差

印刷质量还行

不错的书，下次再来。

内容还可以还是不错的

很不错。 。 。 。 。 。

满意吗满意吗满意吗吗

书非常好，耐读！

11111111

这书看着很有趣

很好很好很好很好很好

还行，挺详细的

不可多得的好书

学习内家拳不错的参考书，家心意拳理论著作，重点是进行了全书影印，并对其中基本功方面进行了解读，不论是学习哪种中国功夫，对于全书的利于法度有指导意义，最适合有师傅叫猴子吴志勇。对于初学武术者无敌于天舒，，学习心意拳，形意拳，大成拳的武术爱好者，是一本研究的好书，价钱实

[内家拳的瑰宝：懂劲 下载链接1](#)

书评

[内家拳的瑰宝：懂劲 下载链接1](#)